|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN:** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | KROASAN , NARANČA KOMAD , MLIJEKO | 58.4 | 13.5 | 15.7 | 425 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(S), Riba(T), Orašidi(T), Laktoza(S), Gluten(S) |
| **II.****ODMOR** | TJESTENINA S PUREĆIM SAFTOM , ZELENA SALATA , NARANČA KOMAD  | 56.6 | 18.2 | 15.3 | 436 | Gluten(S), Celer(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | RIŽOTO SA SVINJETINOM , SALATA SVJEŽA PAPRIKA, MANDARINE DVIJE  | 59.0 | 14.9 | 15.5 | 433 |  |
| **II.****ODMOR** | ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , BANANA KOMAD , JOGURT ČAŠICA  | 65.4 | 19.5 | 13.3 | 445 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **I.****ODMOR** | KRUŠKA KOMAD , SIRNI NAMAZ SA SLANINOM , JOGURT ČAŠICA  | 56.1 | 15.0 | 17.5 | 436 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **II.****ODMOR** | MANDARINA KOMAD , VARIVO S JUNETINOM ,JEČMOM I SLANINOM , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA  | 63.2 | 12.6 | 15.1 | 429 | Gluten(S), Soja(T), Jaja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | JABUKA KOMAD , ZELENA SALATA , PANIRANI OSLIĆ S PIRJANIM MAHUNAMA I KRUMPIROM  | 60.1 | 18.0 | 16.4 | 440 | Gluten(S), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T) |
| **II.****ODMOR** | BISKVITNI KOLAČ S VIŠNJAMA I BADEMIMA , VOČNI ČAJ S MEDOM , NARANČA KOMAD  | 62.8 | 14.2 | 17.2 | 460 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Celer(T), Laktoza(S) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | ČOKOLADNI NAMAZ NA KRUHU , MLIJEKO , JABUKA KOMAD  | 56.0 | 12.6 | 15.8 | 419 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Kikiriki(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, KRUŠKA KOMAD  | 53.3 | 18.3 | 15.9 | 428 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |